



*«Նոր ժամանակի կրթություն» ՀԿ*

*ՀԵՐԹԱԿԱՆ ԱՏԵՍՏԱՎՈՐՄԱՆ ԵՆԹԱԿԱ  
ՈՒՍՈՒՑԻՉՆԵՐԻ ՎԵՐԱՊԱՏՐԱՍՏՄԱՆ  
ԴԱՍԸՆԹԱՑ*

*ԱՎԱՐՏԱԿԱՆ ՀԵՏԱԶՈՏԱԿԱՆ  
ԱՇԽԱՏԱՆՔ*

*Հետազոտության թեման՝ «Հոգեկան գործընթացների բնութագիրը»*

*Առարկան՝ Հասարակագիտություն*

*Հետազոտող ուսուցիչ՝ Աիդա Օնիկի Ալոյան*

*Ուսումնական հաստատություն՝ «ՀՀ Արարատի մարզի Վերին  
Արտաշատի միջնակարգ դպրոց» ՊՈԱԿ*

*Երևան 2023*

**ԹԵՄԱ՝**

Հոգեական գործընթացների բնութագիրը

**ՀԱՐՑ՝**

1. Ինչպիսի՞ ազդեցություն կարող են ունենալ հոգեկան գործընթացները սովորողի անձի ձևավորման ու զարգացման վրա

# ԲՈՎԱՆԴԱԿՈՒԹՅՈՒՆ

ՆԵՐԱԾՈՒԹՅՈՒՆ .....	4
1. Հոգեկանի կառուցվածքը .....	6
2. Հոգեկան գործընթացների բնութագիրը .....	8
2.1 Ճանաչողական (իմացական ) գործընթացներ .....	8
2.2 Հուզականային գործընթացներ .....	17
ԵԶՐԱԿԱՅՈՒԹՅՈՒՆ .....	20
ԳՐԱԿԱՆՈՒԹՅԱՆ ՑԱՆԿ .....	21
ՆԵՐԴԻՐ .....	22

## ՆԵՐԱԾՈՒԹՅՈՒՆ

Հետազոտական աշխատանքի թեման է «Հոգեկան գործընթացների բնութագիրը», որի շրջանակներում ներկայացվում է հոգեկանի կառուցվածքն ու հոգեկան գործընթացները:

Թեմայի իմացությունը շատ կարևոր է հատկապես մանկավարժների համար, քանի որ հասարակության մեջ անձը ձևավորվում ու զարգանում է ոչ միայն առօրյա կյանքում՝ այլ մարդկանց և արտաքին աշխարհի հետ շփման, տարբեր արժեքների յուրացման ընթացքում, այլ նաև ուսուցման ու դաստիարակության գործընթացում: Հետևաբար մանկավարժները պետք է ոչ միայն կարողանան ճիշտ օգտագործել սովորողների տարիքային ու անհատական առանձնահատկությունները, այլ նաև պետք է իմանան ու կարողանան կանխատեսել, թե ինչպիսի՞ հոգեբանական հետևանքների կարող են հանգեցնել ուսուցողական և դաստիարակչական գանազան ներգործությունները, ինչ չափով կարող են դրանք նպաստել սովորողների հիշողության, մտածողության, խոսքային հաղորդակցման, կամքի և երևակայության տարբեր տեսակների զարգացման վրա:

Մանկավարժի խնդիրներից մեկն է ուսումնասիրել, թե ինչպես են յուրացվում և ձևավորվում ուսումնական գործունեության հնարներն ու հմտությունները, կարողունակությունները, զարգացող անձի ստեղծագործական ընդունակությունները, դասարանների՝ որպես սոցիալական խմբերի, ներխմբային, ինչպես նաև ուսուցիչ-սովորող փոխհարաբերությունների, դասարանների հոգեբանական մթնոլորտի, ուսման նկատմամբ սովորողների դիրքորոշման վրա խմբային արժեքների և փոխհարաբերությունների ազդեցության ձևերն ու մեխանիզմները և այլն:

Մարդն ամեն օր ապրում է հոգեկան տարբեր իրավիճակներ: Մի հոգևոր վիճակում մտավոր կամ ֆիզիկական աշխատանքը ընթանում է հեշտ ու արդյունավետ, մեկ այլ հոգեկան վիճակում՝ դժվար և անարդյունավետ: Մանկավարժական գործունեության ընթացքում շատ կարևոր է մշտապես հաշվի առնել սովորողի հոգեվիճակը: Երբեմն ուսման մեջ նրա ժամանակավոր անհաջողությունները կամ անկարգապահ վարքը կապված են հոգեվիճակների հետ, որոնց պատճառները ուսուցիչը պետք է իմանա և ժամանակին պարզի: Ուսուցչի համար կարևոր խնդիր է նաև սովորողների հոգեվիճակների կառավարումը:

Սովորողի ներքին վիճակի վրա ազդում է նաև ուսուցչի վերաբերմունքը: Ահա թե ինչու ուսուցչի մանկավարժական ռազմավարությունն ու սովորողների նկատմամբ ունեցած տակտը այնքան բացառիկ նշանակություն ունեն բարձր տրամադրություն, հոգեկան վերելք և այլ ակտիվ դրական հոգեվիճակներ ձևավորելու համար:

Սովորողների նկատմամբ անհատական մոտեցում մշակելու և իրագործելու նպատակով ուսուցչին անհրաժեշտ է հաշվի առնել ոչ միայն հոգեկան վիճակները, այլ նաև անձի հատկություններն ու կառուցվածքային ձևավորումները: Ուսուցչի հիմնական խնդիրներից է նաև ուսումնաստիարակչական աշխատանքների

կազմակերպման ընթացքում սովորողների մեջ անրաժեշտ բարոյահոգեբանական հատկությունների ձևավորումը:

Ահա այս հանգամանքները հաշվի առնելով կարող ենք նշել, որ հոգեկանի կառուցվածքի և հոգեկան գործընթացների (զգայություն, ընկալում, հիշողություն, մտածողություն, երևակայություն, խոսք, զգացմունքներ և կամք) ուսումնասիրումը և դրանց առանձնահատկություններին ծանոթանալը կարևոր է մանկավարժի համար, այն կարող է ավելի անրդյունավետ դարձնել նրա աշխատանքը, քանի որ հոգեկան գործընթացները մեծ դեր ու նշանակություն ունեն սովորողների ձևավորման և զարգացման գործում:

Հետազոտական աշխատանքի **նպատակն** է նկարագրել հոգեկանի կառուցվածքը, հոգեկան գործընթացները, ընդգծել դրանց կարևորագույն դերն ու նշանակությունը մարդու կյանքում:

Թեման ուսումնասիրելիս **խնդիր** է դրվել ծանոթանալ հոգեկանի կառուցվածքին և հոգեկան գործընթացների առանձնահատկություններին, բնութագրել ճանաչողական (իմացական) և հուզականային գործընթացները և ուսումնասիրել, թե ինչպիսի՞ ազդեցություն են ունենում դրանք անձի ձևավորման ու զարգացման վրա:

**Խաչվող հասկացություններ**՝ օրինաչափություն, ժամանակ և տարածություն, պատճառ և հետևանք, համակարգ, կայունություն և փոփոխություն, զարգացում, անհատ և հարաբերություն:

## 1. ՀՈԳԵԿԱՆԻ ԿԱՌՈՒՑՎԱԾՔԸ

**Հոգեկանը** արտացոլման բարձրագույն ձև է, որով օժտված են մարդը և զարգացման որոշակի աստիճանի վրա գտնվող (նյարդային համակարգ ունեցող) կենդանիները; Այն անմիջականորեն դրսևորվում է ճանաչողական, զգացմունքային և կամային գործընթացների ու հատկությունների ձևով (բնագո, զգայություն, ընկալում, մտապատկեր, հիշողություն, երևակայություն, զգացմունք, կամք, ուշադրություն, խառնվածք, բնավորություն, ընդունակություն և այլն):

Հոգեկանն ունի իր կառուցվածքը, որը կազմված է իրար հետ սերտորեն կապված բաղադրամասերից: Առանձնացվում է հոգեկան երեք հիմնական խումբ երևույթներ կամ հոգեկանի դրսևորումների երեք հիմնական ձևեր: Դրանք են՝

1. հոգեկան գործընթացները (պրոցեսները),
2. հոգեկան վիճակները,
3. հոգեկան հատկությունները:

**Հոգեկան գործընթաց** ասելով հասկանում ենք օբյեկտիվ իրականության դինամիկ արտացոլումը հոգեկան երևույթների (մտածողության, ընկալման, հիշողության և այլն) ձևով: Արտացոլումը համարում ենք դինամիկ, որովհետև հոգեկան ցանկացած գործընթաց արտահայտում է շարժման վիճակ, զարգացման ընթացք և փոփոխություն՝ դրա վրա ազդող պատճառների շնորհիվ: Օրինակ՝ մարդու մտածողությունը զարգանում, հարստանում, փոփոխվում է կյանքի, սոցիալական իրավիճակի, տնտեսական հարաբերությունների փոփոխությունների հետ մեկտեղ: Հոգեկան գործընթացներին ավելի մանրամասնորեն կանդրադառնանք հաջորդիվ:

**Հոգեկան վիճակներ** ասելով հասկանում ենք կոնկրետ ժամանակահատվածում հոգեկան գործունեության համեմատաբար կայուն աստիճանը, որը դրսևորվում է մարդու բարձր կամ նվազ ակտիվության մեջ:

Հոգեկան վիճակներն ունեն ռեֆլեկտորային բնույթ, դրանք առաջանում են իրադրության, ֆիզիոլոգիական գործոնների, աշխատանքի ընթացքի, ժամանակի ու խոսքային (գովասանք, կշտամբանք և այլն) ներգործությունների ազդեցությամբ: Ամենից շատ ուսումնասիրված են՝ ընդհանուր հոգեկան վիճակը՝ օրինակ ուշադրությունը, որը դրսևորվում է ակտիվ կենտրոնացման կամ ցրվածության աստիճանում, հուզական վիճակները կամ տրամադրությունը (կենսախինդ, հիացական, թախծոտ, տխուր, զայրացած, գրգռված և այլն): Հետաքրքիր ուսումնասիրություններ են կատարված անձնավորության հատուկ, ստեղծագործական վիճակի վերաբերյալ, որն անվանում են ոգեշնչում: Այդ վիճակներն արտահայտում են կայուն հետաքրքրություն, ստեղծագործական վերելք ու ոգևորվածություն, համոզվածություն կամ տարակուսանք, կասկած, ընկճվածություն, անտարբերություն և այլն: Իրավիճակի փոփոխության հետ

հուզական վիճակը կարող է փոխվել, օրինակ, լացը կարող է փոխարինվել ծիծաղով, անտարբերությունը՝ ակտիվությամբ և այլն: Որպես հոգեկան վիճակներ հանդես են գալիս նաև այնպիսի հուզական վիճակները, ինչպիսիք են սթրեսը, ֆրուստրացիան, աֆեկտը և այլն:

**Հոգեկան հատկություններ** ասելով հասկանում ենք այն կայուն ձևավորումները, կայուն հոգեբանական գոյացությունները, որոնք ապահովում են տվյալ մարդու տիպական գործունեության ու վարքի որոշակի որակական ու քանակական մակարդակ: Դրանք մարդու հոգեկան գործունեության բարձրագույն ու կայուն կարգավորիչներն են: Յուրաքանչյուր հոգեկան հատկություն ձևավորվում է աստիճանաբար արտացոլման ընթացքում և ամրապնդվում է գործնականում:

Անձնավորության հատկությունները բազմազան են և դրանք կարելի է դասակարգել ըստ հոգեկան գործընթացների խմբերի, որոնց հիման վրա էլ ձևավորվում են: Այստեղից էլ կարելի է առանձնացնել մարդու գործունեության *մտավոր* կամ *ճանաչողական* (օրինակ՝ դիտողունակությունը, մտքի ճկունությունը), *կամային* (օրինակ՝ վճռականությունը, համատությունը) և *հուզական* (օրինակ՝ զգայուն լինելը, քնքշությունը, կրքոտությունը, աֆեկտիվությունը) հատկությունները:

Հոգեկան հատկությունների մեջ են մտնում՝

- *անձի ուղղվածությունը (կենսատիրքորոշումը)* - պահանջումների, հետաքրքրությունների, համոզմունքների, դրդապատճառների ու իդեալների համակարգը, որ որոշում է մարդու ընտրողականության և ակտիվության մակարդակը,
- *խառնվածքը* - անձի բնական հատկությունների համակարգը՝ շարժունությունը, վարքի հավասարակշռությունը և ակտիվության տոնուսը, որը բնորոշում է վարքի դինամիկ կողմը,
- *ընդունակությունները* - մտավոր-կամային և հուզական հատկությունների համակարգը, որ որոշում է անձի ստեղծագործական հնարավորությունները,
- *բնավորությունը* - որպես վերաբերմունքների և վարքի եղանակների համակարգ:

Այսպիսով հոգեկան գործունեության մեջ հոգեկան գործընթացները, վիճակներն ու հատկությունները կազմում են մի ամբողջություն և միասին ապահովում մարդու հոգեկանի ձևավորումն ու զարգացումը:

## 2. ՀՈԳԵԿԱՆ ԳՈՐԾԸՆԹԱՑՆԵՐԻ ԲՆՈՒԹԱԳԻՐԸ

Հոգեկան գործընթացը հոգեկան երևույթի տեսակ է, որն իրենից ներկայացնում է հոգեկան գործողությունների և վիճակների ձևափոխություն և հերթափոխում ժամանակի որոշակի հատվածում: Այն հոգեկան երևույթի ընթացքն է, ունի սկիզբ, զարգացում և ավարտ, որը դրսևորվում է ռեակցիայի ձևով: Ընդ որում հոգեկան գործընթացի ավարտը սերտորեն կապված է նոր գործընթացի սկզբի հետ, որն էլ ապահովում է մարդու արթուն վիճակում հոգեկան գործունեության անընդհատությունը:

Հոգեկան գործընթացներն առաջանում են ինչպես արտաքին ներգործությունից, այնպես էլ օրգանիզմի ներքին միջավայրից եկող նյարդային համակարգի գրգիռներից: Հոգեկան գործընթացներն ապահովում են գիտելիքների ձևավորումը և մարդու վարքի ու գործունեության սկզբնական կարգավորումը: Բարդ հոգեկան գործունեության մեջ տարբեր գործընթացներ կապակցված են և կազմում են գիտակցության միասնական հոսք, որն ապահովում է իրականության համարժեք արտացոլումը և գործունեության տարբեր տեսակների կենսագործումը:

Հոգեկան գործընթացները ընթանում են տարբեր արագությամբ և ինտենսիվությամբ՝ կախված արտաքին ներգործությունների առանձնահատկություններից, անձնավորության վիճակից: Կարող են տևել վայրկյանի մասերից մինչև բույսեր կամ նույնիսկ ժամեր (երբեմն՝ ընդմիջումներով): Այն կարող է ներառել զգայական արտացոլման, հիշողության, խոսքային, տրամաբանական և այլ գործողություններ, անձի դրդապատճառների դինամիկան և ինքնակարգավորումը: Ֆիզիոլոգիական առումով իրականանում է գլխուղեղի հիմնական ֆունկցիայի՝ օրգանիզմի օրգանների կենտրոնացված կառավարման շնորհիվ:

Հոգեկան գործընթացներն իրենց հերթին բաժանվում են երկու ենթախմբի՝

1. *Ճանաչողական (իմացական)*, որի մեջ մտնում են՝ զգայությունները, ընկալումը, հիշողությունը, մտածողությունը, երևակայությունը և խոսքը:
2. *հուզականային*, որի մեջ մտնում են զգացմունքները և կամքը:

Անդրադառնանք այդ ենթախմբերին և փորձենք պատասխանել այն հարցին, թե ինչպե՞ս կարող են դրանք ազդել սովորողի ձևավորման և զարգացման վրա:

### 2.1 Ճանաչողական (իմացական) գործընթացներ

Զգայությունը պարզագույն հեզեկան գործընթաց է, որը հնարավորություն է տալիս մարդուն արտացոլելու ինչպես նյութական աշխարհի առարկաների և երևույթների առանձին հատկանիշները, այնպես էլ ներքին օրգաններից եկող ազդանշանները, երբ գրգռիչն անմիջականորեն ազդում է համապատասխան ընկալիչների վրա և մարդն ակտիվ փոխներգործության մեջ է մտնում դրանց հետ:



Այն մեզ շրջապատող առարկաների առանձին հատկանիշների (տաքի, ցրտի, փափուկի, կոշտի և այլնի) արտացոլումն է, որոնք տվյալ պահին անմիջականորեն ներգործում են մեր զգայարանների վրա: Մեզ շրջապատող առարկաների և երևույթների բազմաթիվ հատկանիշներ, որակներ, հատկություններ, ինչպիսիք են՝ ցուրտը, սառը, տաքը, գույնը, ձայնը, համը և հոտը, հարթ կամ խորդուբորդ, մեծ կամ փոքր, տգեղ կամ գեղեցիկ լինելը, մենք ճանաչում ենք զգայությունների և այն առարկաների շնորհիվ, որոնք տվյալ պահին մեր տեսադաշտում են, և մենք անմիջականորեն դրանց տեսնում, լսում, շոշափում կամ զգում ենք: Այսինքն՝ զգայությունների շնորհիվ մենք կարողանում ենք ճանաչել առարկաների ու երևույթների առանձին կողմերը, հատկանիշները, ստանալ բազմաբնույթ ինֆորմացիա արտաքին և մարդու ներքին միջավայրի վիճակների մասին: Դա պարզագույն հոգեկան գործընթաց է, որը հնարավորություն է տալիս իմանալու մարդու մարմնի ներքին վիճակների, տարածության մեջ մարմնի դիրքի, շարժումների և այլնի մասին:

Մեր զգայական օրգանները կամ զգայարանները (տեսողության, լսողության, շոշափելիքի, հոտոտելիքի, ճաշակելիքի) առարկաների առանձին հատկանիշների մասին տեղեկությունն ընդունում, ընտրում, կուտակում և հաղորդում են գլխուղեղ, որն ամեն վայրկյան ընդունում և վերամշակում է այդ ինֆորմացիայի ահռելի և անվերջանալի հոսքը: Դրա արդյունքում առաջանում է շրջապատող աշխարհի և բուն օրգանիզմի վիճակի համարժեք արտացոլում: Զգայական օրգանները այն միակ ուղիներն են, որոնցով արտաքին աշխարհը թափանցում է մարդկային գիտակցություն: Այդ պատճառով էլ զգայությունները հոգեկան արտացոլման, մեր աշխարհաճանաչման առաջին և ամենակարևոր աստիճանն են: Ցանկացած զգայարանի (հատկապես տեսողական, լսողական) խաթարումը անմիջականորեն խաթարում է մարդու հոգեկան գործունեությունը, սահմանափակում նրա աշխարհընկալման հնարավորությունը:

Զգայություններն ունեն հետևյալ հիմնական տեսակները՝ *տեսողական, լսողական, շոշափելիքի, հոտառական և համի:*

Զգայությունները լինում են նաև՝

- *Էքստերոցեպտիվ*, որոնք մարդուն տեղեկություն են տալիս իր մարմնից դուրս գտնվող երևույթների ու գործընթացների մասին՝ նրան կապելով արտաքին աշխարհի հետ: Դրանք լինում են երկու տեսակի՝ *կոնտակտային*, երբ գրգռիչները հպվում են մարմնին, ազդում մարմնի մակերեսի կամ անմիջականորեն մաշկի տակ գտնվող ընկալիչների վրա (շոշափելիքի, համի) և *դիստանտային*, երբ գրգռիչները ազդում են զգայարանների (ընկալիչների) վրա որոշակի տարածությունից (տեսողական, լսողական): Հոտառական զգայությունները միջանկյալ տեղ են գրավում այս երկուսի միջև:

- *Ինստերոցեպիվ*, որոնք առաջանում են մարդու ներքին օրգաններում գտնվող ընկալիչների վրա գրգռիչների ազդեցությունից, երբ դրանցից առաջ եկած էլեկտրական իմպուլսները հասնում են գլխուղեղի համապատասխան կենտրոններ (օրինակ՝ քաղցր, ծարավը, դրանց հագեցած վիճակները և այլն):
- *Պրոպրիոցեպտիվ*, որոնք առաջ են գալիս, երբ գրգռվում են մկաններում և հոդակապերում տեղավորված հատուկ տեսակի ընկալիչները: Դրանք ուղեղին տեղյակ են պահում մարմնի տարբեր մասերի տարածության մեջ գրաված դիրքի մասին: Այս զգայություններից է հավասարակշռության զգայությունը, որի ընկալիչները գտնվում են մարդու ներքին ականջի կիսաշրջանաձև խողովակներում:

Մարդու կենսագործունեության մեջ զգայությունների դերը խիստ կարևոր է, քանի որ դրանք գիտելիքների աղբյուրն են մեզ շրջապատող աշխարհի և մեր իսկ մասին:

**Ընկալումը** հոգեկան իմացական (ճանաչողական) գործընթաց է, որը սվյալ պահին անմիջականորեն մեր զգայարանների վրա ազդող առարկաների ու երևույթների ամբողջական արտացոլումն է՝ հոգեկան պատկերների ձևով:

Զգայությունները մտնում են հոգեկան ավելի բարդ իմացական պրոցեսի՝ ընկալումների կառուցվածքի մեջ: Զգայությունները և ընկալումները իրար նման են այնքանով, որքանով երկուսն էլ արտացոլում են արտաքին աշխարհի առարկաներն ու երևույթները: Տարբերությունը դրանց միջև կայանում է նրանում, որ մեկը արտացոլում է առարկայի առանձին հատկանիշները, իսկ մյուսը (ընկալումը) արտացոլում է ամբողջական առարկան: Իր գործունեությունը նպատակապես կազմակերպելու համար առարկաների առանձին հատկանիշների արտացոլումը, այսինքն՝ զգայությունները մարդուն բավական չեն: Նրա ուղեղում պետք է ստեղծվեն այդ առարկաների, երևույթների և իրադարձությունների ամբողջական և ճիշտ պատկերները, և այս ֆունկցիան կատարում են ընկալումները: Ընկալումը միշտ էլ սուբյեկտիվ է, կոնկրետ մարդու ընկալումն է: Նույն ինֆորմացիան տարբեր մարդիկ տարբեր չափով ու ձևով են ընկալում, որովհետև ընկալումը անմիջականորեն կապված է սվյալ մարդու հետաքրքրություններից, պահանջմունքներից, ընդունակություններից, հակումներից, դրդապատճառներից, ընկալվող օբյեկտի, ինֆորմացիայի նկատմամբ մարդու վերաբերմունքից և այլն:

Ընկալման գործընթացն ընթանում է մտածողության, խոսքի, զգացմունքների, կամքի հետ կապի մեջ:

Ընկալման առանձնահատկություններն են

- *ապերցեպցիա* - այն ընկալման գործընթացի և դրա արդյունքների կախվածությունն է մարդու անցյալի փորձից, գիտելիքներից, դիրքորոշումից, հոգեվիճակից:

- *ամբողջականություն և կառուցվածքայնություն* - ամեն մի լիարժեք ընկալում արտացոլվող առարկայի ամբողջական պատկերն է, միևնույն ժամանակ այն հոգեկան կառուցվածք է՝ կազմված որոշ թվով տարրերից:
- *հաստատունություն* - այն ընկալման պայմանների փոփոխության դեպքում մարդու հոգեկանում առարկայի պատկերի անփոփոխությունն է:
- *իմաստավորվածություն* - այն ընկալման ընթացքում մտածողության ու խոսքի օգտագործումն է առարկայի պատկերը հասկանալու համար:
- *ընտրականություն* - այն ուշադրությունը հատկապես որոշակի առարկաների վրա կենտրոնացնելու և դրանք առավել հստակ ընկալելու երևույթն է, որը պայմանավորված է անձի ներքին դրդապատճառներով և հետաքրքրություններով:
- *առարկայականություն* - օբյեկտիվացման հոգեկան գործընթացի միջոցով ընկալողը վստահ է, որ համապատասխան առարկան այդ իրադրության մեջ իսկապես գոյություն ունի:

**Հիշողությունը** ընկալվածը (գիտելիքներ, կարողություններ, տեղեկատվություն) հոգեկանում մտապահելու, պահպանելու և հետագայում վերարտադրելու **ընդունակությունն է**: Այն անցյալի փորձի դրոշմումն է (ձայնագրումը), պահպանումը, հետագա ճանաչումն ու վերարտադրումը, որը հնարավորություն է տալիս կուտակել տեղեկատվություն՝ միաժամանակ չկորցնելով նախկին գիտելիքները, տեղեկությունները և հմտությունները:

Հիշողության գործընթացներն են *մտապահումը, պահպանումը, վերարտադրումը* և *մոռացումը*: Ինչպես ընկալումը հիշողությունը նույնպես արտացոլման գործընթաց է, սակայն այս դեպքում արտացոլվում է ոչ միայն այն, ինչն անմիջականորեն ներգործում է տվյալ պահին, այլ նաև այն, ինչ տեղի է ունեցել անցյալում:

Մարդու կյանքը բարդ է, լի ուրախություններով ու տխրություններով, բազմաթիվ ու բազմապիսի հակասություններով, հաջողություններով ու ձախողություններով, անակնկալներով և այլն: Կյանքից ստացած յուրաքանչյուր տպավորություն, յուրաքանչյուր հույզ և ապրում, ուրախություն կամ զայրույթ առաջացնող ամեն իրադարձություն անպայմանորեն իրենց հետքն են թողնում մեր հոգեկանում, պահպանվում կարճ կամ երկար ժամանակ, համապատասխան պայմաններում նորից դրսևորվում, վերարտադրվում և նորից դառնում մեր գիտակցության առարկան: Հիշողությունը հատկապես կարևորվում է նրանով, որ մենք չենք մոռանում մեր էթնիկական (ազգային) պատկանելիությունը, ազգային գիտակցությունն ու արժանապատվությունը և մեզ պատիվ բերող այլ էթնիկական հատկանիշներ (լեզուն, մշակույթը, ավանդույթները, ծեսերը, սովորույթները, առասպելները, բանահյուսությունը), հայրենի հողն ու տունը պաշտպանելու մեր ներքին պահանջմունքը: Մարդու հիշողությունը, նրա հարուստ կամ աղքատ, բարձր կամ ցածր զարգացած լինելու մակարդակը մեծապես կախված է անձի

ուղղվածությունից, նրա նպատակներից, պահանջմունքներից, դրդապատճառներից ու հետաքրքրություններից, աշխատանքային գործունեության բնույթից: Մարդը հեշտությամբ ընկալում, մտապահում ու երկար պահպանում է այն ինֆորմացիան, որն իրեն անհրաժեշտ է, բավականություն է պատճառում, օգնում կազմակերպել սեփական կյանքն ու գործունեությունը:

Հիշողությունը դասակարգվում է ըստ տեսակների հետևյալ կերպ՝

- Ըստ գործունեության նպատակի լինում են *կամաձին* և *ոչ կամաձին*: *Կամաձին* հիշողության դեպքում մարդը գիտակցաբար իր առջև նպատակ է դնում, ճիգեր գործադրում մտապահելու որոշակի տեղեկատվություն: Օրինակ՝ սովորողը կամաձին ձևով հիշում է սահմանումներ, բանաձևեր և այլն: Չնայած դրան՝ մարդը տեղեկատվության ճնշող մեծամասնությունը հիշում է իր կամքից անկախ, առանց գիտակցական մտադրության ու ջանքերի: Այդպիսի մտապահումը և վերարտադրությունը, որտեղ բացակայում է հատուկ նպատակը, կոչվում է *ոչ կամաձին* հիշողություն:
- Ժամանակային առումով հիշողությունը կարող է լինել *կարճատև*, *երկարատև* և *օպերատիվ*: Վերջին ժամանակներում հիշողության հարցերով զբաղվող գիտնականները մեծ ուշադրություն են դարձնում նրա տևականության վրա: Այն գործընթացները, որոնք տեղի են ունենում մտապահման սկզբնական փուլում, երբ գրգռիչի հետքերը դեռ չեն ամրապնդվել, հեշտությամբ մոռացվում են: Այդ գործընթացը ստացել է *կարճատև* հիշողություն անվանումը: Օրինակ՝ երբ տեղեկագրից նայում ենք անհրաժեշտ հեռախոսահամարը, մենք առանց դժվարության հիշում ենք այդ ինը թվերը, սակայն ի պատասխան հեռախոսի «զբաղված է» ազդանշանի, մենք ի վիճակի չենք կրկին հավաքելու այդ համարը: *Երկարատև* հիշողությունը մարդուց պահանջում է բազմակի կրկնություններ և վերարտադրություն: *Օպերատիվ* հիշողությունը ապահովում է տվյալ պահին իրականացվող գործունեության միջանկյալ արդյունքների մտապահումը և օգտագործումը: Բարդ գործողության իրականացումը մարդուց պահանջում է միջանկյալ արդյունքների մտապահում՝ հետագա գործողությունների մեջ օգտագործելու նպատակով: Այդ պատճառով օպերատիվ հիշողությունն իր բնույթով տարբեր է հիշողության կարճատև և երկարատև տեսակներից:
- Ըստ մտապահվող նյութի բնույթի տարբերում են *շարժողական*, *հուզական*, *պատկերային* և *բառատրամաբանական* տեսակները: *Շարժողականը* շարժումների և շարժողական համակարգերի (քայլել, վազել, գրել, խոսել) մտապահումն ու վերարտադրումն է, *հուզականը*՝ հույզերի և հուզական վիճակների, իսկ *բառատրամաբանականը*՝ բառերի, հասկացությունների ձևով արտահայտված տեղեկատվության: *Պատկերավորի* դեպքում տեղեկատվությունը մտապահվում և վերարտադրվում է մտապատկերների միջոցով

(տեսողական, լսողական, հոտառական և այլն)

Համաձայն տարբեր տվյալների՝ մարդու հիշողության ծավալը կազմում է 1 500 000-ից մինչև 10 24 բիթ ( անգլերեն Bit` binary - երկակի և digit - նշան, տեղեկություն (ինֆորմացիայի) չափման միավոր): Գիտության զարգացմանը զուգընթաց սովորողների հիշողության ծավալը տարեցտարի մեծանում է: Ըստ ՅՈՒՆԵՍԿՈ-ի տվյալների՝ 1937թ-ի համեմատ 1967թ-ին այն աճել է 270-300%-ով: Պատկերացրեք, թե ներկայումս մեր հիշողության ծավալը որքան կլինի:

**Մտածողությունը շրջապատող աշխարհի միջնորդավորված և ընդհանրացված իմացությունն է:** Այն էապես նորի որոնման, հայտնագործման գործընթաց է, մարդու իմացական գործունեության գործընթաց, որի միջոցով իրականությունը արտացոլվում է ընդհանրացված և խոսքով միջնորդավորված ձևով: Իմացական գործընթացների մեջ, որոնց օգնությամբ մարդն արտացոլում է արտաքին աշխարհն ու ինքն իրեն, թերևս ամենաբարդը մտածողությունն է: Մտածողությունը համեմատում է զգայությունների և ընկալումների տվյալները, հակադրում իրար, տարբերություններ արձանագրում և բացահայտում նոր կապեր, հարաբերություններ, նոր պատճառահետևանքային կապեր, որոնց շնորհիվ մտածողությունը ավելի խորն է ճանաչում շրջապատող աշխարհը: Օրինակ՝ մտածողության միջոցով մարդն իմանում է մետաղների, գազերի, երկրաչափական պատկերների ընդհանուր և էական հատկությունների մասին: Անիվի գյուտից և կրակի սանձահարումից մինչև ատոմի միջուկի ձեռքումը և կլոնավորումը՝ մարդկային մտածողության արդյունք են: Այս գործընթացը շարունակական է և ժամանակակից սովորողները կարող են մասնակիցը լինել նորանոր հայտնագործությունների:

Մտածողությունը ծագում է այնտեղ որտեղ կա լուծման ենթակա խնդիր, հիմնահարց, և բոլոր հայտնագործություններն արդյունք են մարդուն հուզող կոնկրետ հիմնախնդիրների: Ամեն անգամ երբ սովորողը լուծում է մաթեմատիկական, կենսաբանական, քիմիական մի նոր խնդիր կամ կենցաղային որոշակի հարցերում ցանկանում է կողմնորոշվել՝ անպայման դիմում է մտածողությանը:

Մտածողությունը սերտորեն կապված է խոսքի հետ: Մարդը մտածում է հասկացությունների, դատողությունների և մտահանգումների միջոցով: Մտածողությունը խոսքի մեջ արտահայտվում է այնպես, ինչպես բովանդակությունն իր ձևի մեջ:

Մտածողությունը դասակարգվում է հետևյալ հիմնական տեսակների

- *ակնառու-գործնական* - այն իրագործվում է առարկաների հետ կոնկրետ, շոշափելի գործողություններ կատարելու ընթացքում: Մինչև 3 տարեկանը ներառյալ երեխայի մտածողությունը հիմնականում ակնառու-գործնական է: Երեխան իրեն հետաքրքրող առարկաները վերլուծում և համադրում է, երբ ձեռքերով այդ առարկայի կամ նրա մասերի հետ գործողություններ է

կատարում: Օրինակ՝ երեխան կոտորում է իր խաղալիքը, պարզելու համար, թե ինչ կա ներսում:

- *ակնառու-պատկերավոր* - այն իրագործվում է մտապատկերների հետ կատարվող գործողությունների միջոցով: Մտածողության այս տեսակն առկա է հիմնականում նախադպրոցականների մոտ, նրանք մտածում են ակնառու պատկերներով և հասկացությունների դեռևս չեն տիրապետում:
- *խոսքային-տրամաբանական* - այն ընթանում է խոսքի, լեզվի պարտադիր մասնակցությամբ, այսինքն՝ վերացական հասկացությունների և դատողությունների ձևով: Այն զարգանում է երեխաների գործնական և ակնառու զգայական փորձի հիման վրա, դպրոցական հասակում:

Մարդիկ իրարից տարբերվում են իրենց մտածողության անհատական առանձնահատկություններով: Դրանք են՝

- *մտածողության ինքնուրույնությունը* - բնութագրվում է նրանով, որ մարդն ունակ է առաջադրելու նոր խնդիրներ ու գտնելու դրանց լուծման ուղիները՝ յուրացնելով և ստեղծագործաբար կիրառելով մարդկության կուտակած փորձը:
- *մտքի լայնությունը* - թույլ է տալիս գտնել կապեր գիտելիքների և երևույթների տարբեր, առաջին հայացքից իրարից շատ հեռու բնագավառների միջև:
- *մտքի խորությունը* - արտահայտվում է բարդ հարցերի մեջ խորանալու, այնտեղ խնդիր տեսնելու կարողությամբ:
- *մտքի ճկունությունը* - թույլ է տալիս հաշվի առնել իրադրությունների փոփոխությունները և փոխել գործողությունների սկզբնական պլանը:
- *մտքի արագությունը* - դրսևորվում է իրադրության մեջ արագ կողմնորոշվելու, լավ մտածելու և ճիշտ որոշում ընդունելու կարողությամբ:

**Երևակայությունը** մտապատկերների հետ կատարվող այնպիսի գործողություն է, որի արդյունքում ստացվում են դրանց նոր համակցություններ: Այն իրականության նոր պատկերների ստեղծումն է՝ նախկինում ընկալված պատկերների հիման վրա: Դա հոգեկան ճանաչողական գործընթաց է, որի շնորհիվ մարդու անցյալի փորձի՝ զգայությունների ու ընկալումների տվյալների վերամշակման միջոցով ստեղծում են նոր պատկերներ: Երևակայությունը իրականության յուրօրինակ, առաջանցիկ արտացոլումն է: Դա նշանակում է, որ երևակայությունը մտավոր նահանջ է կատարում անմիջականորեն ընկալվածի սահմաններից, նպաստում ապագայի կանխատեսմանը, կենդանացնում, արթնացնում է այն, ինչ եղել է նախկինում: Երևակայության արդյունքը նոր ստեղծված պատկերն է, իսկ մտածողության արդյունքը՝ բառերով արտահայտված միտքը, դատողություններն ու հասկացությունները: Բայց դրանց տարբերությունը հարաբերական է. չէ՞ որ ցանկացած, անգամ ֆանտաստիկ պատկեր, արտացոլում է ռեալ, օբյեկտիվ իրականությունը իսկ մտածողության արդյունքներում միշտ էլ ֆանտազիայի

մասնիկ, մտքի թռիչք կա անմիջական իրականությունից: Այսինքն՝ մտածողությունն ու երևակայությունը հանդես են գալիս անբաժան ձուլվածքով:

Երևակայության բնութագրիչներն են *ինքնուրույնությունը, ստեղծագործականությունը, ինքնատիպությունը*:

Հոգեբանության մեջ տարբերում են երևակայության երկու տեսակ՝

- *վերարտադրական* – ծավալվում և զարգանում է նկարագրությունների, պատմվածքների, գծապատկերների, գծագրերի հիման վրա: Օրինակ՝ երբ սովորողը բանաստեղծություն է արտասանում կամ քարտեզի վրա ցուցադրում: Այս դեպքում մարդն ամբողջացնում կամ լրացնում է եղած ելակետային նյութը: Վերարտադրող երևակայությունը տվյալ մարդու համար ինչ-որ նորի պատկերացումն է՝ հենվելով այդ նորի բառային նկարագրության կամ պայմանական գծապատկերների վրա: Երևակայության այս տեսակը լայնորեն օգտագործվում է մարդու գործունեության տարբեր տեսակներում, այդ թվում՝ ուսուցման մեջ:
- *Ստեղծագործական* - ենթադրում է նոր պատկերների, իրերի մեքենաների, գիտական օրինաչափությունների, արվեստի գործերի ստեղծում, որոնք չունեն իրենց նմանները: Այս երևակայության շնորհիվ մարդկանց հաջողվում է առաջին անգամ ստեղծել ինքնատիպ պատկերներ, որոնք իրագործվում են հասարակական նշանակություն ունեցող նյութական արդյունքներում:

Երևակայությունն ընթանում է շնորհիվ համադրման հետևյալ եղանակների՝

- *ազլուտինացիա (կցականություն)* - այս դեպքում մարդն ամենատարբեր ձևերով համադրում է կյանքում չմիացվող առարկաների առանձին հատկություններից կազմավորված մտապատկերներ և ստեղծում համակցվող մտապատկերներ: Օրինակ՝ ջրահարսը, կենտավրոսը և այլն:
- *հիպերբոլիզացիա (չափազանցում)* - այս ձևին բնորոշ է ոչ միայն առարկայի մեծացումը կամ փոքրացումը, այլ նաև առարկայի մասերի թվական փոփոխությունը և տեղաշարժը: Օրինակ՝ յոթգլխանի վիշապ, բազմաձեռն աստված և այլն:
- *սրում* - այս դեպքում մարդն առանձնացնում է առարկայի, ամբողջի ինչ-որ մասը և այն դարձնում տիրապետող: Օրինակ՝ ծաղրանկարներում, երբ ընդգծվում է բնութագրող հատվածը:
- *տիպականացում* - այս դեպքում մարդն առանձնացնում է էականը, որը կրկնվում է մի շարք մարդկանց մեջ, միանման փաստերում:

**Խոսքը** հաղորդակցման գործընթաց է, որն իրացվում է լեզվի միջոցով: Մարդիկ միշտ ապրել և ապրում են հասարկության մեջ: Մարդկանց հասարակական կյանքն ու կոլեկտիվ աշխատանքն առաջացնում են մշտապես միմյանց հետ հաղորդակցվելու անհրաժեշտություն, ինչը լիակատար ձևով իրականացվում է խոսքի օգնությամբ: Մարդիկ խոսքի շնորհիվ մտքեր և գիտելիքներ են փոխանակում միմյանց հետ,

միմյանց պատմում են իրենց ապրումների և երազանքների մասին: Սովորաբար մենք մտածում ենք բառերով, որոնք միայն հազվագյուտ դեպքում են բարձրաձայն արտասանվում: Այն մտովի կատարվող կամ ներքին խոսակցությունն է: Խոսքը մեզ օգնում է ընկալման և դիտումների ժամանակ, նպաստում է կամային գործընթացների հաջող ընթացքին, այն սերտորեն կապված է նաև զգացմունքների հետ, մարդը բառերի օգնությամբ արտահայտում է իր զգացմունքները:

Մարդկանց հաղորդակցման առավել ընդհանրական միջոցն է լեզուն, որի օգնությամբ մարդը կողավում է տեղեկույթը, փոխանցում և ստանում նոր տեղեկատվություն: *Լեզուն պատմական զարգացման ընթացքում մշակված հաղորդակցման միջոցների համակարգ է:* Տիրապետելով լեզվին՝ երեխան անսահման ընդլայնում է սեփական ճանաչողության գործունեության շրջանակները: Կուտակելով բառապաշար, յուրացնելով մայրենի լեզվի գործնական շարահյուսությունը՝ երեխան սկսում է այն օգտագործել որպես հաղորդակցման գործիք: Բառերի միջոցով կատարվում է երևույթների, իրադարձությունների իմաստավորում: Մարդու լեզուն և բանականությունը իրարից անբաժան են:

Խոսքի միջոցով իրականացվող հաղորդակցումը կոչվում է *վերբալ հաղորդակցում*: Այն կազմված է երկու կարևոր բաղադրիչներից, այն, ինչ ասվում է, և այն, թե ինչպես է դա ասվում: Արդյունավետ խոսքային հաղորդակցման համար անհրաժեշտ է ունենալ տեղեկատվություն, որը պետք է փոխանցել: Վերբալ հաղորդակցման ընթացքում օգտագործվում են խոսքի բանավոր և գրավոր տեսակները:

- *Բանավոր խոսքը* սովորական խոսակցական խոսք է, որից մենք օգտվում ենք մարդկանց հետ անմիջական հաղորդակցման ժամանակ: Այն կարող է լինել երկխոսություն կամ մենախոսություն: Երկխոսության գործընթացում, որը տեղի է ունենում երկու կամ մի քանի զրուցակիցների միջև խոսակցության ձևով, մարդն առաջադրում է հարցեր և պատասխանում է նրանց, հավանություն տալիս կամ առարկում, օրինակ՝ զրույցը, բանավեճը և այլն: Մենախոսական խոսքը դրսևորվում է բանավոր կամ գրավոր ելույթներում: Խոսքի մենախոսական ձևերին են պատկանում դասախոսությունները, զեկուցումները, ելույթները, հայտարարությունները:
- *Գրավոր հաղորդակցում* - Կյանքի ընթացքում մարդիկ օգտագործում են նաև հաղորդակցման գրավոր ձևը, օրինակ՝ դիմում, նամակ, երկտող գրելիս, էլեկտրոնային փոստով հաղորդագրություն ուղարկելիս և այլն: Խոսքի այս տեսակը երևան է եկել բանավոր խոսքից հետո: Մարդկային մշակույթի արշալույսին մարդիկ պահանջ են զգացել որոշակի իրադարձությունների մասին տեղեկույթն ամրապնդելու և սերունդներին փոխանցելու: Գրավոր խոսքն ընկալողի վրա ներգործելու ոչ մի միջոց չունի, բացի բառերից և նախադասությունը կարգավորող կետադրական նշաններից: Գրավոր խոսքն ուղղված է լայն շրջանի ընթերցողներին:



Մարդիկ հիմնականում առանց գիտակցության ջանքերի առաքում և ստանում են նաև *ոչ վերբալ (ոչ խոսքային) հաղորդակցում*՝ ժեստերի, դիմախաղի, քայլվածքի, հայացքի, ձայնի հնչերանգի, լացի, ծիծաղի, մարմնական շարժումների և այլնի միջոցով:

## 2.2 Հուզականային գործընթացներ

Չգացմունքները իրականության նկատմամբ մարդու հարաբերությունների արտացոլումն են նրա գիտակցության մեջ, որոնք առաջանում են բարձրագույն զգացմունքների բավարարման կամ չբավարարման (բացասական զգացմունքներ) ժամանակ:

Հույզերը այն հոգեկան գործընթացներն են, որոնք ապրումների տեսքով արտացոլում են ներքին և արտաքին աշխարհի իրադրությունների անհատական կարևորությունն ու գնահատականը մարդու կենսագործունեության համար: Դրանք մարդու սուբյեկտիվ վերաբերմունքն են արտաքին և սեփական՝ ներքին աշխարհի նկատմամբ: Իսկ զգացմունքները ավելի շատ, քան հույզերը կայուն հոգեկան գոյացություններ, վիճակներ են, որոնք խիստ առարկայացված բնույթ ունեն և արտացոլում են որևէ օբյեկտի նկատմամբ կայուն վերաբերմունք:

Չգացմունքները թափանցում, գունազարդում են մարդու հոգեկան կյանքի բոլոր կողմերը՝ զգայությունները, ընկալումները, հիշողությունները, մտքերը, երևակայությունը: Մարդը տարբեր ձևով է վերաբերվում իրական աշխարհի առարկաներին և երևույթներին:

Տարբերում են զգացմունքների չորս հիմնական որակներ՝

- *դրական զգացմունքներ*, որոնք ցույց են տալիս, թե ինչն է բավարարել արթնացող պահանջմունքը: Օրինակ՝ սննդի պահանջմունքի բավարարումն առաջացնում է հաճույք:
- *բացասական զգացմունքներ*, որոնք ցույց են տալիս, թե ինչն է խանգարում, խոչնդոտում արթնացող պահանջմունքը:
- *երկվալենտ զգացմունքներ*, որոնց դեպքում հաճույքն ու տառապանքը ոչ միայն ձուլվում և վերաժվում են մեկը մյուսի, այլև այդ գոյակցությունը կազմում է ապրվող զգացմունքի որակական բնութագրերից մեկը: Օրինակ՝ խանդի դեպքում սերն ու ատելությունը յուրօրինակ ձևով միավորված են լինում:
- *մշուշապատ կողմորոշման հարաբերություններ* - զգացմունքների օբյեկտի նկատմամբ սուբյեկտի այս տիպի հուզական վերաբերմունքը սովորաբար կարճատև հուզական ռեակցիայի անորոշությունն է, որը կապված է նրանում կողմորոշվելու հետ: Մարդը, կյանքի ընթացքում նոր առարկայի հանդիպելով հաճախ հուզվում է, ըմոռնման ընթացքում տվյալ առարկան առանձնացնում է

շրջապատող միջավայրից:

Մարդու մեջ գոյություն ունեն զգացմունքների ապրման տարբեր ձևեր՝ *հույզեր, հուզական տոն, աֆեկտներ, տրամադրություն, սթրես* և այլն:

Լինում են նաև *բարձրագույն* զգացմունքներ: *Բարձրագույն* են կոչվում այն զգացմունքները, որոնք արտացոլում են մարդու հոգևոր աշխարհը և բացահայտում նրան՝ որպես անձնավորություն: Դրանք մարդու ամենաբարդ ու բազմատեսակ դրսևորումներ ունեցող զգացմունքներն են, որոնք անձի սոցիալականացման, մտավոր ու բարոյական զարգացման ընթացքում գնալով ավելի խոր ու տարբերակված են դառնում: Դրանց մեջ մտնում են՝

- *պրաքսիկ զգացմունքները* - դրանք աշխատանքային, խաղային կամ որևէ այլ տեսակի գործունեության ընթացքի և արդյունքի հետ կապված զգացմունքներն են (բավարարվածություն, հրճվանք, հափշտակվածություն, մոլեգնություն որևէ գործունեության մեջ):
- *բարոյական զգացմունքները* - դրանք կազմում են բարոյական նորմերի ու կանոնների մի համակարգ, որի օգնությամբ կարգավորվում են մարդկային հարաբերություններն ու վարքը: Դրանցից են պարտքի, ընկերասիրության, հայրենասիրության, սիրո, ատելության, ցավակցության, համակրանքի և այլ զգացմունքները:
- *բանական զգացմունքներ* - դրանք առաջանում են իմացական գործունեության ընթացքում՝ ցույց տալով մարդու վերաբերմունքն այդ ընթացքի հաջող կամ անհաջող լինելու, ինչպես նաև ստացված արդյունքի նկատմամբ: Օրինակ՝ խնդիրներ լուծելիս առաջ եկող զգացմունքները՝ հետաքրքրասիրությունը, զարմանքը, տարակույսը, ոգեշնչումը և այլն:
- *գեղագիտական զգացմունքներ* - դրանք առաջանում են արվեստի, բնության հետ շփվելիս, գեղեցիկն ու տգեղը, ներդաշնակն ու աններդաշնակը ընկալելիս:

**Կամքը** մարդու ակտիվության հատուկ ձև է, այն դրսևորվում է մարդու գործունեության բոլոր ձևերում: Այն մարդու կողմից իր վարքի և գործունեության գիտակցական կառավարումն է՝ ներքին և արտաքին դժվարությունների հաղթահարման միջոցով:

Մարդը որպես ակտիվ էակ ոչ միայն ընկալում է արտաքին աշխարհը, այլ նաև ներգործում նրա վրա, փոփոխում շրջակա միջավայրը՝ իր նպատակներից և կարիքներից ելնելով: Այդ դեպքում մարդն իր առջև դնում է գիտակցված նպատակներ: Երբեմն նպատակին հասնելը դժվարություն չի ներկայացնում և մատչելի է, սակայն առավել հաճախ նպատակի իրագործումը կապված է մեծ դժվարությունների և արգելքների հաղթահարման հետ, որոնք լինում են արտաքին կամ ներքին: Արտաքին արգելքները կախված չեն մարդուց, սրանք բնական արգելքներ են: Ներքին արգելքները կախված են միայն տվյալ անհատից, դա նաև չջանկանալն է կատարել այն ինչն անհրաժեշտ է:

Մարդու կամքը դրսևորվում է բոլոր այն դեպքերում, երբ նա իր նպատակին հասնելու համար կարողանում է հաղթահարել ծագած արգելքներն ու խոչընդոտները, ունակ է դեկավարել սեփական վարքը և ենթարկել սեփական գործունեությունը որոշակի խնդիրների: Արգելքներ ու դժվարություններ հաղթահարելը պահանջում է կամային ջանքեր, այն յուրահատուկ նյարդահոգեկան լարվածություն է, որն ունակ է համախմբելու մարդու ֆիզիկական, ինտելեկտուալ և բարոյական ուժերն ու հնարավորությունները:

Կամային գործողությունները լինում են՝

- *պարզ*, որի դեպքում մարդն առանց դժվարության հասնում է իր նպատակին: Այն դեպքում, երբ մարդը կատարում է պարզ կամային գործողություն, որի մեջ նպատակը բավականաչափ պարզ է և նրան հասնելու ուղիները ծանոթ են ու սովորական, նրա գործողությունը կատարվում է աննշան կամային ջանքերի գործադրմամբ: Մարդը ծարավը հագեցնելու համար սեղանի վրայից վերցնում է ջրով լի բաժակը: Դա պարզագույն կամային գործողություն է, որին ուղեկցում են աննշան կամային ջանքեր:
- *բարդ*, որն իրականացվում է մի քանի փուլերով՝
  1. նպատակի գիտակցում և դրան հասնելու ձգտում,
  2. նպատակին հասնելու մի շարք ուղիների որոնում,
  3. այդ ուղիները հաստատող կամ մերժող դրդապատճառների առաջացում,
  4. դրդապատճառների պայքար,
  5. հնարավորություններից մեկի ընդունումը որպես լուծում,
  6. ընդունված որոշման իրագործում,
  7. որոշման իրականացման և դրված նպատակին հասնելու գործընթացում արտաքին արգելքների հաղթահարում:

Մարդու կամային հատկություններից են *նպատակաուղղվածությունը, վճռականությունը, զսպվածությունը, ինքնուրույնությունը, համատությունը, հաստատականությունը, ինքնատիրապետումը, կարգապահությունը* և այլն:

Մարդկության կողմից ստեղծված բոլոր արժեքների հետևում թաքնված է որոշակի անհատականությունների մեծ կամքը: Այսօր էլ սովորողները կանգնած են կյանքի շեմին և նրանց ապագան մեծ չափով կախված է այսօրվա կամային դրսևորումներից: Պետք է սովորողի մեջ դաստիարակել կամային վեհ հատկություններ, որպեսզի նրանք անընդհատ նախագծեն արդարացված նպատակներ և նվաճեն դրանք: Այդ դեպքում երջանկությունն ու հաջողությունը միշտ կուղեկցեն նրանց:

## ԵԶՐԱԿԱՑՈՒԹՅՈՒՆ

Հետազոտական աշխատանքի թեմայի ուսումնասիրության արդյունքում հանգեցինք այն եզրակացության, որ հոգեկան գործընթացներն ու դրանց առանձնահատկությունները կարևոր դեր ու նշանակություն ունեն անձի ձևավորման ու զարգացման գործում: Դրանց իմացությունը շատ կարևոր է ինչպես առօրյա կյանքում, աշխատանքում, այնպես էլ ուսուցման մեջ՝ ուսումնական գործընթացի բոլոր մասնակիցների համար: Այն հնարավորություն է տալիս ժամանակին նկատել սովորողների տարիքային և անհատական առանձնահատկությունները, նրանց մեջ ծնված ճանաչողական նոր, առավել առաջադիմական հատկությունները, նոր զգացմունքները, կամային նոր գծերը և ձևավորվող բնավորությունը, տեսնել սովորողների զարգացման հեռանկարը և ճիշտ նախագծել դպրոցականի անձնավորության ձևավորման գործընթացը, գտնելու սովորողների հետ աշխատելու առավել արդյունավետ ուղիներ և եղանակներ:

Հոգեկան գործընթացներն այն հիմքն են, որոնք որոշում են անձի հոգեբանական հատկությունները, դրանք էլ իրենց հերթին արտահայտվում են անձի ունակություններով, խառնվածքով, կողմնորոշմամբ ու բնավորությամբ:

Մարդու համար հոգեկան հատկությունները որոշիչ դեր են խաղում ուսման գործընթացում, նախասիրությունների, մասնագիտության ընտրության և այլ հարցերում և դրանց մասին իմացությունը կարող է օգնել մանկավարժին սովորողների հետ աշխատելիս:

Հոգեկանի և հոգեկան գործընթացների մասին գիտելիքները մանկավարժին պետք են նաև նրա համար, որպեսզի որոշակի պահանջներ ներկայացնի ինքն իրեն և հատկորեն իմանա, թե հատկապես անձնավորության ինչպիսի՞ հատկություններ պետք է զարգացնի իր մեջ, սովորողներին հաջողությամբ կրթելու և դաստիարակելու համար:

Այսպիսով, առանց հոգեկան գործընթացների մասնակցության, մարդու գործունեությունը անհնար է: Նրանք հանդես են գալիս որպես անձի անբաժան ներքին գործոններ և շատ մեծ ազդեցություն ունեն անձի ձևավորման և զարգացման վրա:

## ԳՐԱԿԱՆՈՒԹՅԱՆ ՑԱՆԿ

1. Սերգեյ Արզումանյան « Հոգեբանություն », Երևան, 2003թ
2. Ա.Ա. Նալչաջյան « Ընդհանուր հոգեբանության հիմունքներ », Գիրք 1, Երևան « Լույս », 1991թ
3. Ա.Գ. Կովալյովի, Ա.Ա. Ստեպանովի, Ս.Ն. Շաբալինի խմբագրությամբ «Հոգեբանություն» ուսումնական ձեռնարկ մանկավարժական ինստիտուտների համար, Երևանի պետական համալսարանի հրատարակչություն, Երևան, 1970թ
4. Թ. Հարությունյան, Հ. Կարապետյան, Ա. Ենգիբարյան « Հոգեբանական խաղեր և վարժություններ » ձեռնարկ դաստիարակների, մանկավարժների և հոգեբանների համար, Երևան, 2014թ,
5. Ս. Պետրոսյան, Ս. Խաչատրյան, Հ. Խաչատրյան, Կ. Վարդանյան, Հ. Աղաջանյան «Հասարակագիտություն» 10-րդ դասարանի դասագիրք, Երևան, 2021թ
6. Վիքիպեդիա ազատ հանրագիտարան:

## ՆԵՐՂԻՐ

Մարդը բավարարվածության զգացում է ունենում, երբ սովորում և աշխատում է հաճույքով, իր գործով տարված: Երբ խմբում հարմարավետ միջավայր է, մասնակիցները գործում են ավելի վստահ, ձգտում են սովորել և ստեղծագործել: Խաղերը զգացմունքների արտահայտման և շրջապատող իրականության ճանաչման հզոր միջոց են: Խաղերն ու վարժությունները նպաստում են մտածողության զարգացմանը, լայնացնում են մտահորիզոնը: Դրանցից շատերը զարգացնող բնույթ ունեն և անմիջականորեն ազդում են սովորողի անձնային ու հոգեկան որակների զարգացման վրա: Խաղի ժամանակ սովորողները ցուցաբերում են կամքի ուժ, համարձակություն, իրավիճակին ստեղծագործաբար մոտենալու կարողություն: Դրանք օգնում են սովորողների սոցիալականացմանը, հնարավորություն են տալիս գործնականում զարգացնել և ինտեգրել տարբեր համոզմունքներ, հմտություններ և ընդունակություններ:

Ստորև ներկայացվում են հասարակագիտության դասաժամերին օգտագործվող մի քանի խաղեր ու վարժություններ, որոնք ակտիվացնում են սովորողներին և նպաստում նրանց հոգեկան գործընթացների զարգացմանը:

➤ **Վարժություն՝** « Պատմություն հորինելու արվեստ »

**Նպատակը՝** զարգացնել մտածողությունը, խոսքը և ստեղծագործական երևակայությունը:

**Ընթացքը՝**

*Տարբերակ 1.* Սովորողին կամ սովորողների խմբին առաջարկվում է բառերի շարք, որը պետք է օգտագործել պատմություն հորինելիս, օրինակ՝ «տատիկ», «աղջիկ», «աղվես», «աստիճան», «գնացք»:

*Տարբերակ 2.* Պետք է հորինել պատմություն՝ օգտագործելով առարկայի մի որևէ հատկություն, օրինակ՝ հորինել պատմություն մի երկրի մասին, որտեղ ամեն ինչ ապակուց է կամ օձառից և այլն:

*Տարբերակ 3.* Առաջարկվում է հորինել պատմություն, որտեղ ամեն ինչ իրականության ճիշտ հակառակն է: Օրինակ՝ երեխաներն ավելի բարձրահասակ են, քան մեծահասակները, երեխաներն են աշխատում, իսկ ծնողները՝ դպրոց հաճախում և այլն:

➤ **Խաղ՝** « Առարկաների մտապահում »

**Նպատակը՝** զարգացնել հիշողությունը:

**Ընթացքը՝** Բոլոր մասնակիցները նստում են շրջանով: Մասնակիցներից մեկն ասում է ինչ-որ առարկայի անուն, օրինակ՝ «աթոռ»: Մյուս մասնակիցը կրկնում է ասված առարկայի անունը և ավելացնում է մեկ այլ առարկա: Օրինակ՝ «աթոռ»,

«նստարան»: Այսպես բոլորը հերթականությամբ կրկնում են և ավելացնում նոր առարկաներ: Այն մասնակիցը, ով չի կարողանում մինչև վերջ մտապահել թվարկվող առարկաների անունները, դուրս է գալիս խաղից: Հաղթող է դառնում այն մասնակիցը, ով կարողանում է մինչև վերջ անվանել առարկաների անունները:

➤ **Վարժություն**՝ « Ապակե պատ »

**Նպատակը**՝ զարգացնել ոչ խոսքային հաղորդակցման հմտությունները:

**Ընթացքը**՝ Վարժությունն անցկացվում է զույգերով: Սովորողները կանգնում են դեմ դիմաց և մտովի պատկերացնում, որ իրենց միջև կա թափանցիկ, հաստ ապակի, որը բաժանում է նրանց: Այսինքն՝ զույգերը հայտնվում են մի իրավիճակում, երբ միմյանց շատ լավ տեսնում են, բայց չեն լսում: Մասնակիցների խնդիրն է զուգընկերոջը հաղորդել ցանկացած ինֆորմացիա ոչ խոսքային շփման միջոցով (ժեստեր, դիմախաղ, լուռ խաղարկում և այլն) այնպես, որ դիմացինը հասկանա, թե ինչ է ուզում ասել: Երբ զույգերը հասկանում են միմյանց, նրանք փոխվում են դերերով:

➤ **Վարժություն**՝ « Դիտորդ »

**Նպատակը**՝ զարգացնել դիտողականությունը, հիշողությունը:

**Ընթացքը**՝ Սովորողներին առաջարկվում է գրավոր հիշողությամբ վերականգնել և մանրամասն նկարագրել դպրոցի ինչ-որ կահավորված սենյակ: Օրինակ՝ ՆԶՊ կաբինետը, մարզադահլիճը, ճաշարանը և այլն: Ապա մասնակիցները համեմատում են իրենց գրառումները միմյանց ու նաև իրականության հետ: Աշխատանքի ընթացքում բացահայտվում են ուշադրության, դիտողականության և տեսողական հիշողության կապերը:

➤ **Վարժություն**՝ « Փչացած հեռախոս »

**Նպատակը**՝ զարգացնել տեղեկույթը լսելու և փոխանցելու հմտությունը:

**Ընթացքը**՝ Խումբը բաժանվում է երկու թիմի: Խմբավարը սկսում է խաղը՝ յուրաքանչյուր թիմի առաջին մասնակցի ականջին որևէ բառ (ցանկալի է ռուսերեն կամ այլ օտար լեզվով) շնչալուով: Առաջին մասնակիցն իր հերթին լսածը փոխանցում է իր կողքին նստածին, և այսպես շարունակ՝ մինչև թիմի վերջին մասնակիցը: Անհրաժեշտ է հնարավորինս արագ փոխանցել բառը: Հաղթում է այն թիմը, որի վերջին մասնակիցը ճիշտ և ավելի շուտ է արտասանում բառը: Գնահատվում է բառի հաղորդման արագությունը և ճշտությունը: Կարելի է խաղալ 2-3 անգամ՝ ուղերձն աստիճանաբար բարդացնելով:

➤ **Վարժություն**՝ « Հույզեր »

**Նպատակը**՝ նպաստել զգացմունքների արտահայտմանը, ձևավորել փոխադարձ վստահության մթնոլորտ:

**Անհրաժեշտ նյութեր**՝ անավարտ նախադասություններով քարտերի փաթեթներ՝ խմբերի թվով:

**Ընթացքը**՝ Դասարանը բաժանվում է 5-6-հոգանոց խմբերի: Յուրաքանչյուր խմբի տրվում է անավարտ նախադասություններով քարտերի 1-ական փաթեթ: Խմբերը տեղավորվում են առանձին սեղանների շուրջ, իսկ քարտերը շրջված (որպեսզի զրվածը չերևա) դրվում են սեղանի կենտրոնում: Խմբերում սովորողներից մեկը քարտ է վերցնում, բարձրաձայն ընթերցում է և փորձում ավարտել նախադասությունը: Այնուհետև քարտը փոխանցում է կողքինին, որը նույնպես նախադասությունն ավարտում է իր հայեցողությամբ: Նույն քարտի մասին բոլորի արտահայտվելուց հետո նոր քարտ են վերցնում և կրկնում են վարժությունը: Շարունակում են այնքան, մինչև որ սեղանի քարտերը սպառվեն: Վերջում բոլորը շրջանով նստում են և խոսում իրենց տպավորությունների մասին:

- Ի՞նչ էիք զգում վարժությունը կատարելիս:
- Ի՞նչ նոր բան իմացաք միմյանց մասին:
- Միմյանց հանդեպ որևէ բան փոխվե՞ց ձեր մեջ:

Անավարտ նախադասություններ

Ես հուզվում եմ, երբ ...

Ես զայրանում եմ, երբ ...

Ես նվաստացած եմ զգում, երբ ...

Անչափ լավ է ապրել, երբ ...

Երբ ես սխալվում եմ, ...

Ինձ համար հաճելի է ...

Երբ ես անորոշության մեջ եմ, ...

Ես գոհ եմ, որ ...

Ես վշտանում եմ, երբ ..

Ես միայնակ եմ զգում, երբ ...